



Solunum yolları enfeksiyonları

Gerçekten grip olunca ne yapmalı?

Soğuk algınlıkları genellikle yavaşça gelişirken, „gerçek“ gripin semptomları neredeyse aniden başlar. Çabuk yükselen ateş, titreme, aşırı baş ve vücut ağrıları ve ciddi hastalanmış, artık ayakta duramama gibi duygular, bir virüs gripinin belirtileridir. Daha sonra genellikle boğaz ağrıları ve kuru öksürük ortaya çıkar. Grip, çoğunlukla „grip“ ya da „gribal enfeksiyon“ olarak da adlandırılan soğuk algınlıklarından farklı, ciddi bir hastalıktır.

Komplikasyon tehlikesi küçümsenmemeli

Gribe influenza virüsleri neden olur. Vücuda ciddi bir şekilde saldırırlar. Gerçi grip genellikle tamamiyle iyileşir, ama yine de bu hastalığı küçümsememek gerekir. Çünkü arkasından kimi komplikasyonlar oluşabilir, mesela:

- Kalp ve kan dolaşımı düzensizlikleri, kalp kas iltihabı (miyokardit) gibi ciddi hastalıklar meydana gelebilir.
- Nadir durumlarda virüsler tarafından desteklenen, sıklıkla ağır geçirilen bir zatürre gelişebilir.
- Virüsler, solunum yollarının dışında da yayılıp kalıcı zararlara yol açabilen beyin ya da beyni saran zararlarda iltihaba sebep olabilir.
- Virüs enfeksiyonu üzerine yerleşen ek bir bakteri enfeksiyonu oluşabilir. Böylece, bir gripten bakteriyel bir zatürre gelişebilir.
- Özellikle çocukları, gribe bağlı sinüzit ya da otitis media (orta kulak enfeksiyonu) gibi hastalıklar tehdit eder.

Grip hastalığının tedavisi mutlaka bir doktor tarafından sağlanmalıdır. Grip tamamiyle iyileşene kadar, sportif aktivitelerden kaçınmalıdır. Çocuk, yaşlı ve kronik hastalarda özellikle dikkatli olunmalıdır. Zira bu gibi risk gruplarında sıklıkla ciddi komplikasyonlar ortaya çıkabilir.

Gribi önlemek için aşı

Aşıyla grip enfeksiyonundan korunulabilir. Çünkü influenza virüsleri, hastaların konuşarak, nefes yoluyla, öksürerek havaya yaydıkları damlacıkların, çevredeki kişiler tarafından içe çekilmesiyle bulaşır. Onun için grip zamanlarında kalabalık yerlerden uzak durmak tavsiye edilir. Bu arada, evde uygulanan yöntemlerin soğuk algınlıklarına karşı bir etkisi varken, „gerçek“ gribe karşı koruma sağlamazlar.

Influenza virüsleri çok değişken oldukları için, aşığı da düzenli olarak değiştirmeli ve her yıl, mümkün olursa sonbaharda tekrarlamalıdır. Aşı şu kişilere tavsiye edilir:

- 60 yaş üzerindeki kişiler,
- kronik kalp, akciğer, böbrek hastalıkları olanlar, karaciğer hastalığından muzdarip olanlar, diabetes mellitus ya da başka metabolizm hastalıkları olan kişiler,
- Multipl skleroz gibi kronik nörolojik hastalıkları olanlar,
- Sınırlı bağışıklık güçleri olan kişiler, mesela immun-supresif ilaçları kullanması gereken kişiler,
- Huzur ve bakım evlerinde oturanlar,
- Hemşire ve doktor gibi sağlık sektöründe çalışanlar.

Eine Information von Medical Tribune, Wiesbaden, 2014.

Für Hinweise von Arzt und Praxisteam